

土豪病



[土豪病 下载链接1](#)

著者: (美) 德格拉夫

出版者:电子工业出版社

出版时间:2015-3-1

装帧:平装

isbn:9787121254321

当提到各种节日，你第一个想到的会是什么？“大减价”“大促销”这类词眼想必会出现在不少人的脑海中；仅在几年前，人们还只是把“双十一”“双十二”当作普通的一天，现在却是大家虎视眈眈、摩拳擦掌，准备大购特购的一天。当大自然的绿色渐渐消失，当蓝天白云被阴霾所取代，当购物的快感战胜精神的愉悦时，我们是否才会认识到：自己对物质的欲望已经腐蚀了我们真正的生活！

本书自首次面世以来，十多年间让无数读者认识到了物欲的危害性，这本畅销经典的最新修订版，将再次用幽默而犀利的文字，为我们心中那逐渐膨胀的消费欲望画下警戒线！

作者介绍:

目录: 第一部分 症状 /001

第一章 狂热的期待 /002

在一眨眼的时间里, 我们的狂热期待就把地球改变得面目全非, 完全不顾及子孙后代。

第二章 塞得满满的 /020

如果说可以把美国人家装满了东西比喻成胃充血; 高速公路上的拥堵, 则相当于动脉堵塞……

第三章 压力大到死 /027

我们确实拥有了技术, 但我们拥有的自由时间却比30年前少了。

第四章 支离破碎的家庭 /037

与人攀比的压力使得很多家庭陷入负债, 在金钱问题上产生重重矛盾, 从而更容易导致离婚。

第五章 社会伤寒 /048

如今, 富裕意味着有足够的钱, 不必跟没钱的人打交道, 最富裕的美国人退缩进了自己的社区。

第六章 心之衰 /057

与觉得自己挣钱太少相比, 觉得自己从事的工作毫无意义、浪费生命给他们造成压力更大。

第七章 社会创伤 /066

随着物欲症扩展到全世界, 富人和穷人之间的差距越来越大, 一些社会创伤已经浮出水面。

第八章 资源枯竭 /075

容易开采的资源正迅速消耗一空。发展是有可衡量的极限的, 我们马上就达到极限了。

第九章 工业化痼疾 /087

约有4000万美国人对自己的房子过敏, 2630万人已经确诊为哮喘, 其中1/3都是儿童。

第十章 致癌的文化 /097

有证据显示, 苦恼和不安全感, 通常都是从追求财富开始的。追求财富的人更容易头痛、胃痛、流鼻涕。

第二部分 病因 /109

第十一章 初期感染 /110

在农产品充裕、允许长期定居、实现了阶级分化并开始城市生活的社会里, 财富的增加使社会上层成员开始压迫穷人、征服邻国。

第十二章 微不足道的预防工作 /117

缩短人们干活的时间, 让人们有更多闲暇可从事自我选择的活动, 这才是工业发展的真正目的。

第十三章 未曾选择的道路 /124

心灵的需要, 与温饱同重。我们要面包, 也要玫瑰。

第十四章 新出现的流行病 /135

你有金钱过敏症吗? 快找亲切的美国银行要上一杯能宽慰人心的快钱——便利的个人贷款。

第十五章 物欲症时代 /143

在这个超级重商主义的时代, 形象到处都是, 而且“形象就是一切”。广告形象的轮番轰炸, 让我们对自己和生活伴侣的外表永远感到不满意。

第十六章 冒牌医生 /152

为了抗击物欲症, 我们该向谁咨询? 外面夸夸其谈的冒牌医生太多了。为了保住自己的利益, 这些庸医们建立了严格的保密政策, 竭尽全力维护这个世界“在民主体制下安然运转”。

第三部分 治疗方法 /163

第十七章 诊断检测 /164

好吧, 揭开真相的时候到了。你在家里找个私人空间, 做做下面的诊断题, 别让其他人

从背后偷看你。

第十八章 卧床休养 /169

物欲症也需要“卧床休息”：别再继续干下去了。现在就罢手。削减开支。盘点库存。让自己好好喘口气。

第十九章 匿名戒瘾会 /176

如今，每一种上瘾症的受害者都拥有支持小组，而要克服物欲症这种上瘾性的病毒，我们也需要一个对抗物欲症的后援团。

第二十章 新鲜空气 /183

我们越想拥有更多的物质，越想用更多的金钱去购买物质，大自然与我们就越疏远。

第二十一章 回去工作 /193

在这一刻，过度消费的生活方式已经无法维系，然而，取而代之的应该是什么呢？这就是我们在书桌、博客网站上，各州立法机关里要面对的严肃的问题。

第二十二章 构建免疫力 /204

为了缓解物欲症，我们可以增强自己的“免疫力”，同时做一些能够抵消日常生活方式对环境产生不良影响的积极事情。

第二十三章 政策处方 /213

为了抗击物欲症，我们不应当对用收入换取自由时间而感到害怕。

第二十四章 生命体征 /227

再见吧，过度消费！根据你的年度支出对照个人历史和价值观，你可以判断自己所过的生活是否如意。

第二十五章 健康之光 /241

精心设计的小房子、背包探险活动、聚会晚餐，或者其他减少国内生产总值却提升我们生活喜悦感的体验及产品，你再也看不到太多广告了。

· · · · · (收起)

[土豪病](#) [下载链接1](#)

标签

消费心理

购物欲

简单生活

可持续发展

美国

营销

心理学

评论

作者不断强调再强调的大概就是这个世界物欲横流，我们工作更多，去得到更多我们实际上不需要的东西，丧失了自由，污染的环境。我觉得每个章节好像就是这样的不断重复。正确的做法就是当一个环保主义者。

反思消费主义，这本书提供了一个很好的视角

内容没啥，太散了

是一本很好的书，体现了很多政治经济学观点，用比较通俗易懂的语言点了一下。今天看的这本书和一些博主视频的内容让我觉得要攒钱，降低消费的习惯，所以记了一下自己的月初余额。书中说到用消费解决的大多数比如没有友谊而希望在消费中得到友谊、尊重和魅力。消费不是全然不好，但有时候会麻痹我们看到事情的本质。另外，过度的工作也被批评，因为这样让我们没有面对自己的时间，没有哲学和美，这也是物质欲求不满的体现。

无论怎么样 这本书都让我联想到中国未来的盛世以及盛世之下 令人难以想象的人性贪欲上的恶疾正在暗暗滋生

补标 双11拿出来看看

不好读，毕竟不是专业作家。也就是看个信息量。

不是我想要的书，这本书是站在国家层面谈消费，对于想抑制自己消费欲望并没有什么用

中文版的封面设计虽然堪称灾难现场，但阐述的主题是每个人都应该予以关注的，当消费成为一种身份认同时，它必然会走向过度和毫无节制。

精炼下来就是一句“大张旗鼓的消费主义对美国和人们的影响”，多处地方和当下我国有相似之处。尽量避免和减少消费主义的侵袭和影响，理智消费吧。书的出发点是好的，但内容太冗长了，说来说去也只是想说明那几句话

7/10

书中介绍的策略在超速发展下看来可行性太低。有欲望和野心不是坏事，好不容易有个不太严重的发泄口还要被批判，活着太累。一味让人回归质朴、重返自然，这是经济稳定的人类才能做出的选择，在这里，有选择权的人不多。

这本书一大好处是像个资料库，跟消费主义现象，历史，简单生活等有关的很多重要资料都囊括了，如果对这个话题感兴趣，完全可以以这本作为起点，然后深入研究。缺点是对病因探讨的深度很不够。

[土豪病 下载链接1](#)

书评

可能出版商为了搏眼球，中文书名突出了“土豪病”三个字，显得这本书很轻浮，等翻来了才知道根本不是那么回事。这本书还有另一个名字：《流行性物欲症》，书名更贴切，更广为认知。Affluenza=Affluence(富裕)+Influenza(流感)，全书就按照症状→病因→治疗的逻辑进行，不失幽默...

[土豪病 下载链接1](#)